心經發揮 春

共四

心經

敬之如神明

心經發揮

尊之如父母

明鏡止水

心

霽月光風

心經發揮序

人惟一心之微而為堯為舜者在是為桀為跖者在是上焉而參天地贊化育者在是下焉而同草木歸禽獸者亦在是吁其可警也夫要其幾不越乎敬之一字而已自堯舜精一之訓而所以精之一之者非敬矣乎肅然如上帝之臨惕然若君子之友耶思閑而誠思存念思懲而慾思窒善必遷而過必改改又必於不遠孰非以敬為主乎故聖人會襟驥然若無物而答為仁之問則因行之篤亦不出於克復敬恕至於子思子之戒懼子曾子之誠正蓋無非敬焉而求之禮樂之本則亦敬也鄒孟之所以寡欲存心擴

四端而克惡欲者皆非敬而能焉乎然而先古聖賢
實未有明言敬之一字提撥而表章之推之爲聖學
之綱領者爰自伊洛萬古道統之要昭乎其有的矣
西山先生又歷選前後經傳之訓編爲此書以立心
學之大本於是敬之爲功於此心益明且顯使學者
而無意於此心則已如其有意寧可一日一時之捨
此書而他求乎自堯舜以至於程朱所以由此心而
入聖域而參賢焉者一開卷而秩然可見凜乎若先
聖先師之指示此心吁其可敬矣夫 皇朝程篁墩
爲之附註而吾退溪李先生最愛此書至於係後論
於篁墩之書而引魯齋神明父母之喩西山之後進

先生爲深知此書之味而自西山而言之亦未爲不過後世之子雲矣逖之愚陋自少受讀亦嘗親質於先生矣唯其魯莽作輟今且老而無得識此書之蓄而亦非書之過也惟幸天誘其衷酷嗜一念尚不能自已於摧頹之餘耿耿常思所以不終負此書者隱微幽獨之中蓋有欲已而不能者矣常病程氏之註其所取捨或多未瑩至於程朱發明開示之大訓頗多未入編中不能不爲此書之遺憾於是拈取表出分門緝錄其於敬之一字則畧倣西山之例特加條詳欲使人知程朱諸先生之反覆丁寧於此一字其功始是則當竦然思所以加勵宜無所不用其力不

敢也。亦皆所以爲羽翼此書之地也。諸先生之言而
有註解之說合當分脚細書而緣不便老人之目只
空一字以標其爲註而聯書其下且附錄周子太極
圖說程子定性書伊川好學論橫渠西銘朱子仁說
等說與夫程朱行狀略遂目之曰心經發揮豈敢爲
播示外人計哉只爲便此殘年撿閱翫讀之資耳因
念昔者請問於李先生至朱子血氣已衰心志亦不
復强之云先生嘅然以爲朱夫子尚爾有此歎如我
當如何當時雖竊奉承而猶不能深知先生心事今
而真知之矣先生而且云爾則況我今日復如何哉
每到此段未嘗不三復感歎掩卷而忘言也云爾[illegible]

曆癸卯秋八月壬辰西原鄭逑序

心經贊

西山眞氏

舜禹授受十有六言萬世心學此其淵源人心伊何生於形氣有好有樂有忿有懥惟欲易流是之謂危須臾或放衆慝從之道心伊何根於性命曰義曰仁曰中曰正惟理無形是之謂微毫芒或失其存幾希二者之間曾不容隙察之必精如辨白黑知及仁守相爲始終惟精故一惟一故中聖賢迭興體姚法姒提綱挈維昭示來世戒懼謹獨閑邪存誠曰忿曰慾必窒必懲上帝寔臨其敢或貳屋漏雖隱寧使有愧四非當克如敵斯攻四端旣發皆廣而充意必之萌雲卷席撤子諒之生春噓物茁雞犬之放欲其知求

斗筲之微濯濯是憂一指肩背孰貴孰賤簞食萬鍾
辭受必辨克治存養交致其功舜何人哉期與之同
維此道心萬善之主天之予我此其大者斂之方寸
太極在躬散之萬事其用不窮若寶靈龜若奉拱璧
念玆在玆其可弗力相古先民以敬相傳操約施博
孰此爲先我來作州茅塞是懼爰輯格言以滌肺腑
明窗棐几清晝鑪薰開卷肅然事我天君

右心經西山先生摭聖賢格言自爲之贊者也
先生之心學繇考亭而遡濂洛洙泗之源存養
之功至矣故其行己也上帝臨汝可以對越而
無愧其臨民也若保赤子痒疴疾痛眞切於吾

紹定壬辰先生再知泉州

端平改元卯理家甲午明年乙未夏五月西山先生一世

身其立朝也憂國如飢渴所言皆至誠惻怛之所形而非以衒直也其將勸講若齋戒以交神明而冀其感悟也迨退而築室粤山之下雖宴息之地常如君父之臨其前其著書皆本於中庸大學雖遊戲翰墨一出於正也然謂夜氣有箴勿齋有箴敬義齋有銘晩年守泉復輯成是書晨興必焚香危坐誦十數過蓋無一日不學亦無一事非學其內外交相養如此若愚老將至矣學不加進然尚竊有志焉手抄此經晝誦而夜思之庶幾其萬一復鋟板于郡學與同志勉云端平改元十月既望後學顏若愚敬書

考異

卷一

人心道心章徇人欲自是危險條 懲忿窒慾章又有此條詳畧不同

上帝臨女章西山眞氏曰條 附註曰愚謂發揮曰西山眞氏此有所據耶退溪先生曰朱子之說

敬以直內章 子曰二字恐當在坤之六二之下 主一無適條 主一敬字注解以下皆朱子說而又曰做了這一事上加圈蓋無圈而曰又曰則表其為注而通上下為朱子之言有圈而曰又曰則疑為程子說此條果是朱子說也可以無圈而有圈可疑

整齊嚴肅條 別立條目則當曰程子曰而只曰又曰者可疑 有

從伊川學止伊川整衣冠條 整上脫曰字 南軒張氏下又曰條 本朱子答呂東萊書而然後下脫心字 兼言莊敬條問人之燕居止可謂敦篤矣 此一條重見於禮樂章

敬與仁條才不敬便私欲萬端害於仁 全文見敬怒章 此亦重見而詳畧不同然則一始語之重見各有攸當而然耶

須勉強條若不用意 草本標識曰若字下本有能字

卷二

天命之謂性章論中和條問呂學士言當求於喜怒哀樂未發之前 全書求字下亦無中字附註有中字 若言存養於喜怒哀樂未發之前則可 前字全書及附註亦

時字近思錄作前字

卷三

正心章舜之誅四凶條 叔程子說也 忿懥怒也條 以下

伯程子說也 人之於患難條 叔程子說也混以稱之曰又曰無別於朱子之說者恐欠校勘 四者心之所有條 梗在之梗草本標識曰梗恐硬

語類作梗字 聖人恐無怒容否條喜怒不形於色

是正否 草本標識曰正上疑有不字

禮樂章陳氏曰條 以下三條皆陳氏說故皆曰又曰而至李端伯問答條則明是程子說而只着曰字無別於陳說可疑 淇澳之詩曰條 引淇澳章及大學傳文而繼以朱子之說一條草本標識曰此條更詳之恐是當日有微意而未及

更詳耶

飢者甘食章西山眞氏曰條孟子本註及附註作朱子曰大全答何叔京書中有此條

鷄鳴章程子曰條惟看義當與草本標識曰當字下疑有爲字

卷四附錄

西銘註學者須先識仁條大不足以明之明字性理大全作名字以此意之意下闕一字草本及印本皆然考之全書乃存字

和靖尹氏條備在之在性理大全作載

朱子仁說上蔡謝氏小註以四體不仁條草本標識曰以疑與字性理大全作與予尚安得予性理大全作子下同

發揮書先生所嘗盡用淸力而句讀之間
或有誤字疑是登梓之時未盡校勘玆敢
考出若干條附于篇末以爲叅考之地云
甬戊午菊月上浣八代孫煒謹識

心經發揮考異終

心經發揮目錄

卷之一

書人心道心章

詩上帝臨女章　視爾友君子章

易閑邪存誠章　敬以直內章

懲忿窒慾章　遷善改過章

不遠復章

卷之二

論語子絕四章　顏淵問仁章

仲弓問仁章

中庸天命之謂性章　潛雖伏矣章

卷之三

大學誠意章　正心章
樂記禮樂不可斯須去身章
君子反情和志章　君子樂得其道章
孟子人皆有不忍人之心章
矢人函人章　赤子之心章
牛山之木章　魚我所欲章
仁人心章　無名之指章
人之於身也兼所愛章
鈞是人也章　饑者甘食章
鷄鳴而起章　養心章

卷之四

周子養心說　聖可學章
程子視聽言動四箴
范氏心箴
朱子敬齋箴　求放心齋銘
尊德性齋銘

附錄

周子太極圖說
程伯子定性書
程叔子好學論
張子西銘

朱子仁說
誠名義
程伯子行狀略
朱子行狀略
心經發揮目錄終

心經發揮卷之一

書帝曰人心惟危道心惟微惟精惟一允執厥中大禹謨

朱子曰心之虛靈知覺一而已矣而以爲有人心道心之異者以其或生於形氣之私或原於性命之正而所以爲知覺者不同是以或危殆而不安或微妙而難見爾然人莫不有是形故雖上智不能無人心亦莫不有是性故雖下愚不能無道心二者雜於方寸之間而不知所以治之則危者愈危微者愈微而天理之公卒無以勝夫人欲之私矣精則察夫二者之間而不雜也一則守其本心

之正而不離也從事於斯無少間斷必使道心常爲一身之主而人心每聽命焉則危者安微者著而動靜云爲自無過不及之差矣　又曰惟精惟一自堯舜以來所傳未有他議論先有此言聖人心法無以易此學只是學此道理孟子以後失其傳亦只是失此○又曰人心惟危道心惟微只於兩者交界處理會堯舜時未有文字其相授受口訣只如此○問人心道心伊川說天理人欲便是（程子曰人心人欲道心天理又曰人心惟危人欲也道心惟微天理也）曰固是但此不是有兩物只是一人之心合道理底是天理徇情欲底是人欲

正當於其分界處理會五峯云天理人欲同行異
情說得最好○又曰人心者人欲也危者危殆也
道心者天理也微者精微也物物上有箇天理人
欲分明與他劈做兩片自然分曉堯舜禹所傳心
法只此四句○又曰人心亦未是十分不好底人
欲只是飢欲食寒欲衣之心爾如何謂之危旣無
義理如何不危○又曰人心不全是不好若人心
是全不好底不應只下箇危字蓋爲人心易得走
從惡處去所以下箇危字若全不好則是都倒了
何止於危著說道心天理人心人欲却是有兩箇
心人只有一箇心但知覺得道理底是道心知覺

得聲色臭味底是人心不爭得多人心人欲也此語有病雖上智不能無此豈可謂全不是道心人心本只是一箇物事但所知覺不同惟精惟一是兩截工夫猶擇善而固執之○又曰人心自是不容去除但要道心爲主即人心自不能奪而亦莫非道心之所爲矣然此處極難照管須臾間斷即入欲便行矣○又曰喜怒人心也然無故而喜喜至於過而不能禁無故而怒怒至於甚而不能遏是皆爲人心所使也須是喜其所當喜怒其所當怒乃是道心○又曰飢欲食渴欲飲者人心也得飲食之正者道心也須是一心只在道上少間那

人心自降伏得不見了人心與道心為一恰似無
了那人心相似只是要得道心純一道心都發見
在那人心上○問如何是惟微曰是道心略瞥見
些子便失了底意思惟危是人心既從形骸上發
出來是得流於惡○問危是危動難安否曰不止
是危動難安大凡徇人欲自是危險其心忽然在
此忽然在彼又忽然在四方萬里之外莊子所謂
其熱焦火其寒凝氷凡苟免者皆幸也動不動便
是墮坑落塹危孰甚焉○又曰聖人那人心也不
能無但聖人是常合著那道心不教人心勝了道
心道心便只要安頓教莫隨那人心去這兩者也

須子細辨別所以道人心惟危道心惟微這箇便
須是常常戒謹恐懼精去揀擇若揀得不精又便
只是人心大槩這兩句只是箇公與私只是一箇
天理一箇人欲那惟精便是要揀教精惟一便是
要常守得恁地令人固有其初揀得精後來被物
欲引從人心去所以貴於惟一這惟精惟一便是
舜教禹做工夫處○問如飲食男女之欲出於其
正即道心矣又如何分別曰這箇畢竟是生於血
氣○又曰道心人心之理○又曰人心如卒徒道
心如將○又曰虛明安靜乃能精粹而不雜誠篤
確固乃能純一而無間○又曰志氣清明思慮精

一炯然不昧而常有以察於幾微之間則精矣立
心之剛用力之篤毅然自守而常有以謹於毫釐
之失則一矣○問聖人亦有人心不知亦危否曰
聖人全是道心主宰故其人心自是不危若只是
人心也危故曰惟聖罔念作狂○又曰如顔子擇
中庸處便是精得一善拳拳服膺勿失處便是一
○又曰曾子戰戰兢兢只是戒愼恐懼常恐失之
君子未死之前此心常恐保不得便見得人心至
危且說世間甚物事似人心危且如一日之間內
而思慮外而應接千變萬化劄眼中便走失了劄
眼中便有千里萬里之遠所謂人心惟危道心惟

微只理會這箇道理分曉自不危惟精惟一便是
守在這裏允執厥中便是行將去○答張敬夫書
曰舜禹授受之際所以謂人心私欲者非若衆人
所謂私欲者也但微有一毫把捉底意思則雖云
本是道心之發然終未離人心之境所謂動以人
則有妄顏子之有不善正在此間者是也既曰有
妄則非私欲而何須是都無此意思自然從容中
道才方純是道心也必有事焉却是見得此理而
存養下功處與所謂純是道心者蓋有間矣然既
察本原則自此可加精一之功而進夫純耳中間
儘有次第也惟精惟一亦未離夫人心特須如此

克盡私欲全復天理儻不由此則終無可至之理
耳○勉齋黃氏曰聖人於人心道心知乎發於形
氣者惟危發於義理者惟微故欲人於此用工而
精以察之於始一以守之於終凡一念之發必察
其發於形氣乎發於義理乎發於形氣則摧折之
發於義理則擴充之如是則精之事得矣又從而
堅持固執念念不忘使前之擴充者常昭著光明
前之摧折者必潛消退聽而至於無焉此一之事
也旣精且一則心之所發身之所爲無不合乎中
矣○西山眞氏曰人心惟危以下十六字乃堯舜
禹傳授心法萬世聖學之淵源先儒訓釋雖衆獨

朱子之說最為精確夫所謂形氣之私者指聲色臭味之欲而言也性命之正者指仁義禮智之理而言也聲色臭味之欲皆發於氣所謂人心也仁義禮智之理皆根於性所謂道心也人心之發如銛鋒如悍馬有未易制馭者故曰危道心之發如火始然如泉始達有未易充廣者故曰微惟平居莊敬自持察一念之所從起知其為聲色臭味而發則用力克治不使之滋長知其為仁義禮智而發則一意持守不使之變遷夫如是則理義常存而物欲退聽以之酬酢萬變無往而非中矣〇又曰大舜十六字開萬世心學之源後之聖賢更相

授受雖若不同然大抵教人守道心之正而遏人心之流耳孟子於仁義之心則欲其存而不放本心欲其勿喪赤子之心欲其不失凡此皆所謂守道心之正也易言懲忿窒慾孔子言克己大學言好樂憂患則不得其正孟子言寡欲以小體之養爲戒以飢渴之害爲喩凡此皆所謂遏人心之流也心一而已爾由義理而發無以害之可使與天地參由形氣而發無以檢之至於違禽獸不遠始也特毫毛之間終焉有霄壤之隔此精一之功所以爲理學之要歟

詩上帝臨女無貳爾心大雅大明○貳疑也爾武王

也

無貳無虞上帝臨女魯頌閟宮○蓋述武王伐紂之事虞慮也

呂氏曰紂以天子之威如林之衆來戰武王方自眇然諸侯而起苟較强弱而計衆寡其心必疑貳矣然當是時武王方一心以奉天討若上帝實臨之較計之私豈得而容哉○慶源輔氏曰辭意嚴格洋洋乎如在其上如在其左右學者當常常涵詠此二句以存此心養性而事天也○西山真氏曰詩意雖主伐紂而言然學者平居諷詠其辭凛然如上帝之實臨其上則所以爲閑邪存誠之助

顧不大哉又見義而無必爲之勇或以利害得喪二其心者亦宜味此言以自決也

程子曰存心則上帝臨女 以下言事天之道 又曰毋不敬可以對越上帝 又曰忠信所以進德終日乾乾君子當終日對越在天也 又曰顔子視聽言動不敢非禮乃所以事天也 龜山楊氏曰道無顯微之間愼其獨所以對越在天也 建安葉氏曰日用之間無非天理之流行所謂終日對越在天者亦敬循乎此理而已

張子曰天體物而不遺猶仁體事而無不在也禮儀三百威儀三千無一物之非仁也昊天曰明及

爾出王昊天曰旦及爾游衍無一物之不體也言
又體物猶仁體事　朱子曰體物猶言爲物之體
也蓋物物有箇天理體事謂事事是仁做出來如
禮儀三百威儀三千須是仁做始得凡言體便是
做他那骨子　問此段莫是言人之所以爲人者
皆天之所爲故雖起居動作之頃而所謂天者未
嘗不在也曰公說天體物而不遺旣說得是則所
謂仁體事而無不在者亦不過如此　又曰橫渠
此語是將赤心片片說與人荀楊何曾有此　西
山眞氏曰無貳者一也主一者敬而能一者誠也
湯之所以事天曰顧諟明命文王之所以事天曰

周禮旅賁氏掌執戈盾夾車而趨車止則持輪旅賁勇力之士
國語註中庭之左右謂之位門屏之間謂之宁

翼翼小心夫豈求之外哉凜然自持常若對越則游衍出王無非與神明周旋者矣

視爾友君子輯柔爾顏不遐有愆相在爾室尚不愧于屋漏無曰不顯莫予云覯神之格思不可度思矧可射思大雅抑○輯和也遐何也愆過也尚庶幾也屋漏室西北隅也覯見也格至度測矧况也射斁通厭也

楚語左史倚相曰昔衛武公年數九十五矣猶箴儆於國曰自卿以下至於師長士苟在朝者無謂我老耄而舍我必恭恪於朝夕以交戒我在輿有旅賁之規位宁有官師之典倚几有誦訓之諫居

西山真氏曰誦訓主誦書之官瞽誦詩之官也師工[illegible]

褻有暬御之箴臨事有瞽史之道宴居有師工之誦史不失書矇不失誦以訓御之於是作懿戒以自警及其沒也謂之睿聖武公韋昭曰懿讀爲抑卽此篇也西山真氏曰自卿以下無一人不使任箴規之職自在輿以下無一處不欲聞箴規之言猶且作抑詩使人誦之不離其側如是而意不誠心不正者未之有也○鄭氏曰神見人之爲也汝無謂是幽昧不明無見我者神見汝矣○朱子曰言視爾友敬君子之時和柔爾之顏色其戒懼之意常若自省曰豈不至於有過乎蓋常人之情其脩於顯者無不如此也視爾獨居於室之時亦當庶幾不愧

于屋漏然後可爾無曰此非顯明之處而莫予見也當知鬼神之妙無物不體其至於是有不可得而測者不顯亦臨猶懼有失況可厭射而不敬乎此言不但修之於外又當戒謹恐懼乎其所不覩不聞也子思子曰君子不動而敬不言而信又曰夫微之顯誠之不可揜如此此正心誠意之極功而武公及之則亦聖賢之徒矣

易乾之九二子曰庸言之信庸行之謹閑邪存其誠乾文言

程子曰庸信庸謹造次必於是也○又曰閑邪則誠自存不是外面捉一箇誠將來存著今人外面

役役於不善於不善中尋箇善來存著如此則豈有入善之理只是閑邪則誠自存○又曰如何是閑邪非禮勿視聽言動邪斯閑矣○又曰閑其邪者乃在於言語飲食進退與人交接之際而已矣○又曰閑邪更著甚工夫但惟是動容貌整思慮則自然生敬敬只是主一也○又曰閑邪則固一矣然主一則不消言閑邪　問閑邪主一如何朱子曰主一似持其志閑邪似無暴其氣閑邪只是要邪氣不得入主一則守之於內二者不可有偏此內外交相養之道也○又曰閑邪則誠自存如人有室垣墻不修不能防寇寇從東來逐之則復

有自西入逐得一人一人復至不如修其垣墻則寇自不至故欲閑邪也○又曰敬是閑邪之道閑邪存其誠雖是兩事然亦只是一事閑邪則誠自存矣天下有一箇善一箇惡去善即是惡去惡即是善譬如門不出便入○朱子曰庸言庸行盛德之至到這裏不消恁地猶自閑邪存誠便是無斁亦保雖無厭斁亦當保也保者持守之意○又曰閑邪存誠不大段用力

子曰坤之六二君子敬以直內義以方外敬義立而德不孤直方大不習无不利則不疑其所行也坤文言

伊川先生曰君子主敬以直其內守義以方其外敬立而內直義形而外方義形於外非在外也○又曰言敬無如聖人之言所謂敬以直內義以方外須是直內乃是主一之義至於不敢欺不敢慢尚不愧于屋漏皆是敬之事也但存此涵養久之自然天理明○又曰乾卦言聖人之學坤卦言賢人之學若夫敬以直內義以方外則雖聖人不越乎此無異道故也○又曰敬以直內義以方外合內外之道也○又曰敬義夾持直上達天德自此

朱子曰敬是下得夾持兩字好敬主乎中義防於外二者相夾持要放下霎時也不得只得直上

夫然後達天德　又曰表裏交持更無東西走作
去處上面只有箇天德　又曰直上者無許多人
欲牽礙也　又曰夾持者內外並進之謂直上者
進進不已之謂○龜山楊氏曰盡其誠心而無僞
焉所謂直也若施之於事則厚薄隆殺一定而不
可易爲有方矣所主者敬而義則自此出焉故有
內外之辨○朱子曰敬以直內是持守工夫義以
方外是講學工夫○又曰敬以直內是無纖毫私
意胸中洞然徹上徹下表裏如一義以方外是見
得是處決定是恁地不是處決定不恁地截然方
方正正須是自將去做工夫若只恁地說過依舊

不濟事若實是把做工夫只是敬以直內義以方外八箇字一生用之不窮○又曰敬義二字隨處加功久久自當得力聖門只此便是終身事業○又曰敬有死底敬有活底敬只守主一之敬若遇事不濟之以義辨其是非則不活若熟後敬便有義義便有敬靜以察其敬與不敬動以察其義與不義敬義夾持循環無端則內外透徹○又曰敬是立己之本義是處事裁制方正各得其宜○又曰涵養須用敬處事須是集義○又曰敬義非兩截事○又曰敬義只是一事如兩脚立定是敬才行是義合目是敬開眼見物便是義○又曰只有

守於此而不易之謂義者施於彼而合宜之謂○
又曰敬要回頭看義要向前看○問丹書敬勝怠
者吉怠勝敬者滅義勝欲者從欲勝義者凶曰敬
便竪立怠便放倒以理從事是義不以理從事是
欲這敬義是體用與坤卦說同 武王踐祚三日召
師尚父問黃帝顓帝之道存乎師尚父曰在丹書
王欲聞之則齊矣王齊三日端冕東面而立尚父
亦端冕奉書而入西面而道書之言王聞言惕若
退而爲戒書於席之四端及几鑑盥盤楹杖帶履
觴豆戶牖劍弓矛各爲銘焉席前左端之銘曰安
樂必戒右端之銘曰無行可悔 〈〉 名堂室記曰贍

堂者燕居之所也堂前兩夾室暇日默坐讀書其間名其左曰敬齋右曰義齋蓋嘗讀易而得其兩言曰敬以直內義以方外以爲爲學之要無以易此而未知其所以用力之方也及讀中庸見其所論修道之教而必以戒愼恐懼爲始然後得其所以持敬之本又讀大學見其所論明德之序而必以格物致知爲先然後得其所以明義之端旣而觀夫二者之功一動一靜交相爲用又有合乎周子太極之論然後又知天下之理幽明鉅細遠近淺深無不貫乎一者樂而玩之固足以終吾身而不厭又何暇夫外慕哉○西山眞氏曰敬則與

心無私邪之累內之所以直也義則事事物物各
當其分外之所以方也○敬義齋銘曰惟坤六二
其德直方君子體之爲道有常內而立心曰直是
貴惟敬則直不偏以陂外而制事曰方是宜惟義
則方各當其施曰敬伊何惟主乎一凜然自持神
明在側曰義伊何惟理是循利害之私罔汩其真
靜而存養中則有主動而酬酢莫不中矩大哉敬
乎一心之方至哉義乎萬事之綱敬義夾持不二
不忒表裏洞然上達天德昔有哲王師保是詢丹
書有訓西面以陳敬與怠分義與欲對一長一消
禍福斯在怠心之萌闒焉沉昏欲心之熾蕩乎狂

奔惟此二端敗德之賊必杜乃猷如敵斯克怠欲
既泯敬義斯存直方以大協德于坤一念不差賦
此齋扁嚴師在前永詔無倦以上言敬義
問人有專務敬以直內不務方外何如程子曰有
諸中者必形諸外惟恐不直內內直則外必方○
又曰敬以直內則義以方外○五峯胡氏曰居敬
所以精義也　朱子曰五峯此言精切簡當深可
玩味○朱子曰敬以直內便能義以方外非是別
有箇義敬譬如鏡義便是能照底○又曰才敬以
直內便義以方外義便有敬敬便有義如居仁便
由義由義便居仁○問敬莫只是涵養義便分別

是非曰不須恁地說不敬時便是不義○又曰若無敬以直內也不知義之所在○又曰若此心常在軀殼中爲主便須常如烈火在身有不可犯之色事物之來便成兩畔去 以上言敬義賓主

問必有事焉當用敬否程子曰敬只是涵養一事必有事焉須用集義只知用敬不知集義却是都無事也又問義莫是中理否曰中理在事義在心○問敬義何別曰敬只是持己之道義便知有是有非順理而行是爲義也○朱子曰敬立而內自直義形而外自方若欲以敬要去直內以義要去方外則非矣 又曰義是心頭斷事底心斷於內

而外便方正萬物各得其宜○又曰義如利刀相似都劃斷了許多牽絆又曰胸中許多勞勞攘攘到此一齊割斷了○又曰敬義工夫不可偏廢彼專務集義而不知主敬者固有虛驕急迫之病而所謂義者或非其義然專言主敬而不知就日用間念慮起處分別其公私義利之所在而決取舍之幾焉則亦未免於昏憒雜擾而所謂敬者有非其敬矣○又曰能敬以直內矣亦須義以方外方能知得是非始格得物不以義方外則是非好惡不能分別物亦不可格○又曰聖人指示爲學之方周遍詳密不靠一邊故曰敬義立而德不孤若

只持一箇敬字更不做集義工夫其德亦孤立而
易窮矣須是精粗本末隨處照管不令工夫少有
空闕乃爲善學也○南軒張氏曰居敬集義工夫
並進相須而相成也若只要能敬不知集義則所
謂敬者亦塊然無所爲而已烏得心體之周流哉
又曰集義只是事事求箇是而已以上言敬義不可偏廢
程子曰切要之道無如敬以直內○又曰心敬則
內自直○又曰以敬直內則不直矣必有事焉而
勿正則直矣○又曰敬以直內有主於內則虛自
然無非僻之心如是則安得不虛○有言未感時
知何所寓曰操則存捨則亡出入無時莫知其鄉

更怎生尋所寓只是有操而已操之之道敬以直
內也○尹彥明嘗言先生教人只是專令用敬以
直內若用此理則百事不敢輕爲不敢妄作不愧
屋漏矣習之旣久自然有所得也○朱子曰敬以
直內最是緊切工夫○又曰敬以直內則湛然虛
明萬理具足以上單言敬以直內
程子曰操約者敬而已矣　西山眞氏曰又嘗書
一約字而注敬字於其下亦此意○又曰學者不
必遠求近取諸身只明人理敬而已矣便是約處
○問心術最難如何執持曰敬○又曰必有事焉
須把敬來做件事著此道最是簡最是易又省工

夫爲此語雖近似常人所論然持之久必别○又
曰必有事焉謂必有所事是敬也又曰勿忘是敬
也○又曰人心不能不交感萬物亦難爲使之不
思慮若欲免此唯是心有主如何爲主敬而已矣
有主則虛虛謂邪不能入無主則實實謂物來奪
之 朱子曰思慮息不得只敬便自然無○朱子
曰敬字工夫乃聖門第一義徹頭徹尾不可頃刻
間斷○又曰聖門之學别無要妙徹頭徹尾只是
箇敬字而已○又曰敬之一字眞聖學之綱領存
養之要法一主乎此更無内外精粗之間○又曰
敬天德也敬便徹上徹下與天無間○又曰敬之

一字萬善根本涵養省察格物致知種種工夫皆從此出方有據依○又曰敬字前輩多輕說過了唯程子看得重人只是要求放心何者爲心只是箇敬纔敬時這心便在身上了○又曰聖人言語當初未曾關聚到程子始關聚說出一箇敬來教人○又曰聖賢言語大約似乎不同然未始不貫只如夫子言非禮勿視聽言動出門如見大賓使民如承大祭言忠信行篤敬這是一副當說話到孟子又卻說求放心存心養性大學則又有所謂格物致知正心誠意至程先生又專一發明一箇敬字若只恁看似乎參錯不齊千頭萬緒其實只

一理只就一處下工夫則餘者皆兼攝在裏聖賢
之道如一室然雖門戶不同自一處行來便入得
○又曰程先生所以有功於後學者最是敬之一
字有力人之心性敬則常存不敬則不存○又曰
人之爲學千頭萬緒豈可無本領此程先生所以
有持敬之語只是提撕此心教它光明則於事無
不見久之自然剛健有力○又曰敬者聖學始終
之要未知則敬以知之已知則敬以守之若不敬
則其心顚倒眩瞀而不自知豈能有主哉○又曰
敬者一心之主宰萬事之本根○又曰敬只是此
心自做主宰處○又曰敬則萬理俱在○又曰心

中若無一事時便是敬○又曰敬無許多事○又曰人能存得敬則吾心湛然天理粲然無一分着力處亦無一分不着力處○又曰敬則心有主宰而無偏係惟勿忘勿助者知之○又曰而今只是理會箇敬一日則有一日之效一月則有一月之效○曰歎敬字工夫之妙聖學之所以成始成終者皆由此　又曰程夫子所謂敬者亦不過曰正衣冠一思慮莊整齊肅不慢不欺而已但實下工夫時習不懈自見意味○南軒張氏曰敬者宅心之要而聖學之淵源也此是敬齋銘序銘見朱子敬齋箴下○東萊呂氏曰南軒曰心在焉則謂之

敬且如方對賓客談論而他有所思雖思之善亦不敬也才有間斷便是不敬○西山眞氏曰秦漢以下諸儒皆不知敬爲學問之本自程子始指以示人而朱子又發明之極其切至二先生有功於聖門此其尤大者也 以上單言敬字

程子曰主一之謂敬無適之謂一 其全文曰大凡人心不可二用用於一事則他事更不能入者事爲之主也事爲之主尚無思慮紛擾之患若主於敬又焉有此患乎所謂敬者主一之謂敬所謂一者無適之謂一且欲涵泳主一之義一則無二三矣 又曰主一則旣不之東又不之西如是則

只是中既不之此又不之彼如是則只是內存此
則自然天理明學者須是將敬以直內涵養此意
直內是本　或曰敬何以用功曰莫若主一蘇季
明曰昞嘗患思慮不定或思一事未了他事如麻
又生如何曰不可此不誠之本也須是習習能專
一時便好不拘思慮與應事皆要求一　問主一
曰只是專一　又曰涵養吾一　朱子曰主一是
敬字注解要之事無小無大常令自家精神思慮
盡在此遇事時如此無事時也如此　又曰無適
者只是持守得定不馳騖走作之意耳無適即是
主一主一即是敬展轉相解非無適之外別有主

一主一之外又別有敬也　又曰一者其心湛然
只在這裏　問主一無適曰只是莫走作如讀書
時只讀書著衣時只著衣此即主一無適之義○
又曰做了這一事却做一事今人做一事未了又
要做一事心下千頭萬緒　又曰主一兼動靜而
言　又曰主一是敬表德只是要收斂處宗廟只
是敬處朝廷只是嚴處閨門只是和便是持敬
又曰聖賢千言萬語大事小事莫不本於敬收拾
得自家精神在此方看得道理盡看道理不盡只
是不曾專一　問方應此事未畢而復有一事至
則當如何曰也須是做一件了又理會一件亦無

雜然而應之理但甚不得已則權其輕重可也
又曰敬莫把做一件事看只是收拾自家精神專
一在此未說道有甚底事分自家志慮只是觀山
玩水也煞引出了心那得似教他常在裏面好如
世上一等閑物事一切都絶意雖似不近人情要
之如此方好　又曰學問只要專一如修養家想
無成有釋氏想有成無只是專一然他底難自家
道理本來是有只要人去理會甚順且易又如莊
子用志不分乃凝於神亦是如此教人但他只是
箇空寂儒者之學則有許多道理若看得透徹可
以貫事物可以洞古今　問伊川云主一之謂敬

無適之謂一又曰人心常要活則周流無窮而不滯於一隅或者疑主一則滯滯則不能周流無窮矣竊謂主一則此心便存心存則物來順應何有乎滯曰固是然所謂主一者何嘗滯於一事不主一則方理會此事而心留於彼這卻是滯於一隅

南軒張氏曰正當深思於主一上進步要是常常省厲使凝斂清肅之時多則當漸有向進矣又曰未應事前此事先在既應之後此事尚存正緣主一工夫未到之故須是思此事時只思此事做此事時只做此事莫教別底交互出來久久自別 又曰所謂主一無適真學者指南故某欲其

於操舍之間體察而居毋越思事靡他及乃是實
下手處若於此用力自然漸覺近裏趍約意味日
別見則爲實見得則爲實得不然徒談高說妙元
只在膠膠擾擾域中爾　主一箴曰人稟天性其
生也直克順厥彝則靡有忒事物之感紛綸朝夕
動而無節生道或息惟學有要持敬勿失驗厥操
舍乃知出入曷爲其敬妙在主一曷爲其一惟以
無適居無越思事靡它及涵泳于中匪忘匪亟斯
須造次是保是積既久而精乃會于極勉哉勿倦
聖賢可則　主一銘曰人之心一何危紛百慮走
千岐惟君子克自持正衣冠攝威儀澹以整儼若

思主于一復何之事物來審其幾應以專匪可務
理在我寧彼隨積之久昭厥微靜不偏動靡違嗟
勉哉自邇卑惟勿替日在玆　東萊呂氏曰敬也
者純一不雜之謂也事在此而心在彼安能體得
敬字　西山眞氏曰所謂主一者靜時要一動時
亦要一平居暇日未有作爲此心亦要一此
是靜時敬應事接物有所作爲此心亦要主於一
此是動時敬靜時能敬則無思慮紛紜之患動時
能敬則無舉措煩擾之患如此則本心常存而不
失爲學之要莫先於此 以上言主一無適
又曰整齊嚴肅則心便一一則無非僻之干 其

全文曰有以一爲難見不可下工夫如何一者無
他只是整齊嚴肅則心便一一則自是無非僻之
干此意但涵養久之則天理自然明○又曰嚴威
儼恪非敬之道但致敬須自此入 朱子曰恪是恭
敬中朴實緊切處問恪是有嚴意否曰太莊太嚴
厲了 有從伊川學伊川令看敬字請益伊川整
衣冠齊容貌而已尹子聞之於言下有箇省覺處
朱子曰伊川整齊嚴肅一段是切至工夫說與
人 問敬曰不必解說但整齊嚴肅便是 問上
蔡常惺惺之說如何曰不如程子云云尤切人能
如此則其心常惺惺 問心思擾擾曰程先生云

整齊嚴肅則心自一一則自無非僻之干只才整頓起處便是天理別無天理但常常整頓起思慮目一　又曰持敬之說不必多言但熟味整齊嚴肅嚴威儼恪動容貌整思慮正衣冠尊瞻視此等數語而實加工焉則所謂直內所謂主一自然不費安排而身心肅然表裏如一矣　又曰比因朋友講論深究學者之病只是合下欠卻持敬工夫所以事事滅裂其言敬者又只說能存此心自然中理至於容貌辭氣往往全不加工設使真能如此存得亦與釋老何異又況心慮荒忽未必真能存得耶程子言敬必以整齊嚴肅正衣冠尊瞻視

爲先又言未有箕踞而心不慢者如此乃是至論而先聖說克己復禮尋常講說於禮字每不快意必訓作理字然後已今乃知其精微縝密非常情所及耳　南軒張氏曰古人衣冠容止之間不是要作意矜持只是循它天則合如是爲尋常因循怠弛故須著勉强自持外之不肅而謂能敬於內可乎　又曰詳考從上聖賢以及程氏之說論下學處莫不以正衣冠肅容貌爲先蓋必如此然後得所存而不流於邪僻易所謂閑邪存其誠程氏所謂制之於外以養其中者此也以上言整齊嚴肅

上蔡謝氏曰敬是常惺惺法　朱子曰惺惺乃心不昏昧之謂只此便是敬今人說敬以整齊嚴肅言之固是然心若昏昧燭理不明雖強把捉豈得爲敬　又曰今人心聳然在此尚無惰慢之氣況心常能惺惺者乎故心常惺惺自無客慮　又曰須用常提撕起得惺惺不要昏晦若昏晦則不敬莫大焉　又曰古人瞽史誦詩之類是規戒警誨之意無時不然被他恁地聒後自住不得大抵學問須是警省瑞巖僧每日間常自問主人翁惺惺否自答曰惺惺今時學者却不能如此又引釋氏說心云不得跳舉不得昏沉是它見得此心只有

兩項蹉跎是走作時昏沉是放倒時惟敬則都無此病或問謝氏之說佛氏亦有此語曰其喚醒此心則同而其爲道則異吾儒喚醒此心欲它照管許多道理佛氏則空喚醒在此無所作爲　又曰人心常炯炯在此則四體不待羈束而自入規矩只爲人心有散緩時故立許多規矩來維持之但常常提警教身入規矩内則此心不放逸而炯然在矣心既常惺惺又以規矩繩檢之此内外交相養之道也○勉齋黄氏曰持守之方無出主敬所謂常惺惺法是將持敬人心胷内事模寫出了以

上言常惺惺法

和靖尹氏曰敬者其心收斂不容一物之謂　和靖自言初見伊川時教某看敬字某請益伊川曰主一則是敬當時雖領此語然不若近時看得更親切　祁寬問如何是主一先生曰敬有甚形影只收斂身心便是主一且如人到神祠中致敬時其心收斂更著不得毫髮事非主一而何　朱子曰心主這一事不爲他事攙亂便是不容一物

問心收斂不容一物曰這心都不著一物便收斂他上文云今人入神祠當那時直是更著不得些子事只有箇恭敬此最親切今人若能專一此心便收斂緊密都無些子空罅若這事思量未了又

是做那邊去心便成兩路 又曰和靖只就一箇敬字上做工夫終被他做得成 以上言其心收斂

朱子曰敬者聖學之所以成始成終者也觀程子謝氏尹氏數說足以知其用力之方矣或問三先生言敬之異曰譬如此室四方皆入得若從一方入至此則三方入處皆在其中矣○問敬諸先生之說各不同然總而言之常令此心常存是否曰其實只一般若是敬時自然主一無適自然整齊嚴肅自然常惺惺其心收斂不容一物但程子整齊嚴肅與謝氏尹氏之說又更分曉○西山眞氏曰持敬之道當合三先生之言而用力焉然後內

外交相養之功始備 以上言三先生言敬之異

問敬宜何訓朱子曰是不得而訓也惟畏庶幾近之○又曰敬只是一箇畏字○又曰整齊收斂這身心不敢放縱便是敬嘗謂敬字似甚字恰似箇畏字相似○又曰敬只是有所畏謹不敢放縱如此則身心收斂如有所畏常常如此氣象自別存得此心乃可以為學○勉齋黃氏曰敬者主一無適之謂程子語也然師說又以敬字惟畏為近之蓋敬者此心肅然有所畏之名畏則心主於一如入宗廟見君父之時自無雜念閒居放肆之際則念慮紛擾而不主於一矣二說蓋相表裏學者體

之則可見矣○覺軒蔡氏曰敬字之義甚大先師朱子裒集程門論敬要語詳且密矣黃氏又述先師敬字之義惟畏爲近之尤精切蓋人之一心虛靈知覺常肅然而不亂炯然而不昏則寂而理之體無不存感而理之用無不行惟夫虛靈知覺旣不能不囿於氣又不能不動於欲則此心之體用亦將隨之而昏且亂矣此所以不可不敬也苟能惕然悚然常若鬼神父師之臨其上深淵薄氷之處其下則虛靈知覺者自不容於昏且亂矣此敬字之義所以惟畏爲近之其說不可易矣以上言畏字近敬

程子曰思無邪毋不敬只此二句循而行之安得有差凡有差者皆由不敬不正也毋不敬可以對越上帝已見上帝臨文章○問寢不尸曰毋不敬○又曰忘敬而後無不敬○范氏曰經禮三百曲禮三千可以一言以蔽之曰毋不敬○藍田呂氏曰毋不敬者正其心也 朱子曰毋不敬是統言主宰處○西山真氏曰毋不敬者其綱也見於事親事君事長與夫威儀容止起居動作者其目也○又曰敬者禮之綱領也曰毋不敬者謂身心內外不可使有一毫之不敬也 以上言毋不敬

朱子曰坐如尸立如齊頭容直目容端足容重手

容恭口容止氣容肅皆敬之目也○又曰足容重
至色容莊是天理付與自家合當如此一或不然
便是壞了天理○問色容莊最難曰心肅則容莊
非是外面做那莊出來○又曰如出門如見大賓
使民如承大祭等類皆是敬之目○問敬齋箴曰
此是敬之目說有許多地頭去處以上言敬之目
致堂胡氏曰敬者存心之要法檢身之切務也有
言主一之謂敬無適之謂一如執大圭如奉槃水
如震霆之在上也淵谷之在下也師保之在前也
鬼神之在左右也是則持敬之道○朱子曰曾子
戰戰兢兢如臨深淵如履薄氷此乃敬之法

不存則常昏矣今人有昏睡者遇身有痛痒[illegible]

則蹶然而醒蓋心所不能已則自不至於忘中庸

戒謹恐懼皆敬之意○又曰敬非別是一事常喚

醒此心便是 以上言敬之法當與畏字通看

程子曰儼然正其衣冠尊其瞻視其中自有箇敬

處雖曰無狀敬自可見○又曰敬則自然儼若思

○問敬之貌如何朱子曰於儼若思時可以見敬

之貌 鄭氏曰儼矜莊貌人之坐思貌必儼然○又

曰儼若思敬者之貌也安定辭敬者之言也○又

曰平居須是儼然若思○南軒張氏曰儼若思雖

非敬之道而於此時可以體敬焉 以上言敬之貌

程子曰聖人修己以敬以安百姓篤恭而天下平惟上下一於恭敬則天地自位萬物自育氣無不和四靈何有不至此體信達順之道聰明睿智皆由是出以此事天饗帝　朱子曰敬則自是聰明人之所以不聰不明者緣身心惰慢便昏塞了敬則虛靜自然通達　又曰聰明睿智皆由是出非程子實曰持敬而見其效何以語及此　又曰是他曾曰此出來聰明睿智來　又曰平日須提掇精神莫令頹塌放倒方可看得義理分明○又曰居處恭執事敬與人忠此是徹上徹下語聖人元無二語又曰克己便晬面盎背有諸中必形諸外

觀其氣象便見得○又曰發於外者謂之恭有諸中者謂之敬○又曰敬是持己恭是接人與人恭而有禮言接人當如此也○問正其衣冠端坐儼然自有一般氣象此是敬否上蔡謝氏曰不如執事上尋便更分明事思敬居處恭執事敬若只是靜坐時有之却只是坐如尸也○朱子曰人常恭敬則心常光明○又曰恭主容敬主事有事著心做不易其心而爲之是敬○又曰恭形於外敬主於中自誠身而言則恭較緊自行事而言則敬爲切○又曰初學則不如敬之切成德則不如恭之安○問敬主於中者也恭發於外者也曰凡言發

於外者比似主於中者較大蓋必充積盛滿而後
發於外則發於外者豈不如主於中者然主於中
者卻是本不可不知○又曰本領雖在敬上若論
那大處恭反大如敬若不是裏面積成無緣發出
來做得恭○又曰恭字輭敬字硬　勉齋黃氏曰
恭似低頭敬似擡頭○西山真氏曰敬有堅強意
恭有柔巽意○北溪陳氏曰坐如尸立如齊便是
敬之容正其衣冠尊其瞻視儼然人望而畏之便
是恭之容敬工夫細密恭氣象闊大敬意思卑屈
恭意思尊嚴但恭只是敬之見於外者敬只是恭
之存於中者敬與恭不是二物如形影然未有內

無敬而外能恭者亦未有外能恭而內無敬者也
上兼言恭敬
伊川先生甚愛表記君子莊敬日彊安肆日偷之
語蓋常人之情纔放肆則日就曠蕩自檢束則日
就規矩　問強是志強否朱子曰志也強氣力也
強令人放肆則日怠惰一日那得強伊川云人莊
敬則日就規矩莊敬自是耐得辛苦自不覺其日
就規矩也○問人之燕居形體怠惰心不慢可否
曰安有箕踞而心不慢者昔呂與叔六月中來緱
氏閒居中某嘗窺之必見其儼然危坐可謂敦篤
矣○東萊呂氏曰敬之一字固難形容古人所謂

心莊則體舒心肅則容敬亡亡兩語當深體也　問
肅與莊何別西山真氏曰莊謂嚴而重肅謂靜而
恭氣象固不同也心嚴重則體安舒心輕肆則體
躁擾以身驗之斯可見矣 以上兼言莊敬
程子曰居敬則心中無物故所行自簡　又曰居
敬則自然簡居簡而行簡則似乎簡矣然乃所以
不簡蓋先有心於簡則多却一簡矣○又曰持身
以敬則心不放逸而義理著明故其所以見於事
者自然操得其要而無煩擾之患○朱子曰居敬
是自處以敬行簡是所行得要　又曰居敬則明
燭事幾而無私意之擾故其行必簡○南軒張氏

曰主一之謂敬敬則專而不雜序而不亂常而不迫其行自然簡也○敬簡堂記曰心宰萬物而發者心之道所以生也生則萬理森然而萬事之綱總攝於此凡至乎吾前者吾則因其然而酬酢之鼓動雖微而吾固經緯乎古之先事雖大而吾麾之若起居飲食之常雖雜然並陳而釐分縷析條理不紊無它其綱旣立如瑩之形物各止其分而不與之俱往也此所謂居敬而行簡者與 以上蓋言敬簡

問敬與愼何異謝氏曰執輕如不克執虛如執盈入虛如有人愼之至也敬則愼在其中矣 問敬

愼二字張子曰敬字大愼字細小如人行路一直
徑地去便是敬前面險處防有喫跌便是愼愼是
唯恐有失之意　北溪陳氏曰禮謂執虛如執盈
入虛如有人只就此二句體認持敬底工夫意象
最親切以上言敬愼

程子曰誠者天之道敬者人事之本敬者用也敬
則誠○又曰誠然後能敬未及誠時却須敬而後
能誠　李子曰敬者竦然如有所畏之意誠是真
實无妄之名意思不同誠而後能敬者意誠而後
心正也敬而後能誠者意雖未誠而能常若有畏
則當不敢自欺而進於誠矣此程子之意也○又

曰主一者謂之敬一者謂之誠主則有意在　西山真氏曰主一指用功而言一指本然全體而言主則猶用意所謂誠之者人之道也至於一則不待用意所謂誠者天之道也　又曰在學者用功須當主於一主者念念守此而不離之意也及其涵養既熟此心湛然自然無二無雜則不待主而自一矣不待主而自一即所謂誠也敬是人事之本學者用功之要至於誠則達乎天道矣此誠敬之分也○問敬是存誠之道否謝氏曰然須是體便見得○朱子曰誠是一箇實敬是一箇畏○問先敬然後誠曰且莫理會先後問敬是把捉工夫

誠則到自然處曰敬也有把捉時也有自然時誠也有勉爲誠時亦有自然誠時且敬只是箇收斂畏懼不縱放誠只是箇朴直慤實不欺誑初時須著如此不縱放不欺誑到得工夫到時則自然不縱放不欺誑矣○又曰誠字在道則爲實有之理在人則爲實然之心而其維持主宰全在敬字今但實然用力於敬則日用工夫自然有總會處○南軒張氏曰誠者天之道敬者人事之本敬道之成則誠而天矣然則君子之學始終乎敬者也○問誠敬兩字有異否東萊呂氏曰只是一般所謂存誠存便是敬○西山真氏曰敬則誠不敬則私

欲雜之而不誠矣 以上言敬與誠

程子曰學要在敬也誠也中間便有箇仁 元註以主事○又曰才不敬便私欲萬端害於仁 全文見敬恕章○又曰敬以直內義以方外仁也 問如何以此便謂之仁朱子曰亦是仁也若到私欲淨盡天理流行處皆可謂之仁○又曰大率把捉不定皆是不仁 朱子曰人心湛然虛定者仁之本體把捉不定者私欲奪之而動搖紛擾矣然則把捉得定其惟篤於持敬乎○又曰執事敬者固爲仁之端也推而成之則篤恭而天下平矣○問孔門諸子問仁聖人多告之以敬如何楊氏曰齊莊

中正仁之守也要得爲仁須是敬學要得從灑掃
應對上做起曲禮一篇其文似乎淺未假使學到
聖人之於天道亦不能出此○問學以何爲極式
夷胡氏曰仁問從何入曰從敬入何謂敬曰心不
在焉是謂不敬○朱子曰百行萬善固是都合着
力然如何件件去理會百行萬善總於五常五常
又總於仁所以孔孟只教人求仁求仁只是主敬
求放心○又曰學者當知孔門所指求仁之方日
用之間以敬爲主不論感與未感常是如此涵養
造次顛沛無時不習則此心之全體貫乎動靜語
默之間而無一息之間斷其所謂仁歟○又曰

敬不須言仁敬則仁在其中矣○門五峯曰敬以養吾仁又曰敬則仁矣二說如何曰敬以養吾仁則是先識仁了然後引以敬議之而敬與仁爲二矣敬則仁知是就此實下工夫仁便只在這裏此意極爲親切○西山眞氏曰敬則仁不敬則私欲賊之而不仁矣以上言敬與仁

程子曰敬以直內義以方外所以爲克己復禮也○又曰敬卽便是禮無己可克始則須絶四 朱子曰敬則無己可克其說高矣然夫子當時只告顔子以克己復禮而已蓋敬是常常存養底道理克己是私欲發時便與克除去同不相妨 又曰

敬則無己可克者是無所不敬故不用克己此是
大敬如聖敬日躋翼翼緝熙敬止之敬也　又曰能
純於敬則自無邪僻何用克己若有邪僻只是敬
心不純只可責敬故敬則無己可克　西山眞氏
曰絶四克己之事能敬則體備矣故曰無己可克
○朱子曰敬是涵養操持不走作克己則和根打
併了敎它盡淨　又曰敬如治田而灌漑之功克
己則是去其惡草也○問持敬克己工夫相資相
成否曰若不敬則此心散漫何以能克己若不克
己非禮而視聽言動安能爲敬右言敬與克己
程子曰敬勝百邪○又曰敬是閑邪之道敬以直

內則無非僻之心整齊嚴肅則無非僻之干等語
並已見上○敬堂胡氏曰可願莫如善敬立則百
善從宜遠莫如邪敬立則百邪息○朱子曰敬是
扶策人底物事人當放肆怠惰時方敬便扶策得
此心起常常會恁地雖有些放僻邪侈意思也自
退聽○又曰敬字不可只把一箇敬字說過須於
日用間體認是如何此心常卓然公正無有私意
便是敬有些子計較有些子放慢意思便是不敬
故曰敬以直內要得無些子偏邪○又曰學者常
用提撕此心使如日之升則羣邪自息○又曰言
忠信行篤敬立則見其參於前在輿則見其倚於

衡只是常常見這忠信篤敬在眼前自然邪妄無
自而入非是要存這忠信篤敬去除那不忠不敬
底心○問且如持敬豈不欲純一於敬然自有二
敬之念固欲與己相反愈制則愈甚曰要之邪正
本不對立但恐自家胷中無主若有主邪自不
能入 以上言敬勝百邪

朱子曰敬則天理常明自然人欲懲窒消治○又
曰敬則欲寡而理明○又曰敬所以抵敵人欲人
常敬則天理自明人欲上來不得○又曰敬則內
欲不萌外誘不入○又曰只是一箇敬徹上徹下
只是這箇道理到得剛健便自然勝得許多物欲

之私〇南軒張氏曰若何而能敬克其所以害敬者則敬立矣害敬者莫甚於人欲自容貌顏色詞氣之間而察之天理人欲絲毫之分耳過止其欲而順保其理則敬在其中引而達之擴而充之則將有常而日新日新而無窮矣以上言敬則欲寡

程子曰涵養須用敬進學則在致知〇又曰入道莫如敬未有能致知而不在敬者〇朱子曰涵養須用敬進學則在致知兩言雖約其實入德之門無踰於此〇又曰此二言者體用本末無不該備〇又曰程子二言實學者立身進步之要而二者之功蓋未嘗不交相發也然夫子教人持敬不過

以整衣冠肅容貌爲先而所謂致知者又不過讀書史應事物求其理之所在而已○又曰爲學自有箇大要所以程子推出一箇敬字與學者說要人且將箇敬字收斂箇身心放在模匣子裏面不走作了然後逐事逐物看道理嘗愛古人說得學有緝熈于光明此句最好蓋心地本自光明只被利欲昏了今所以爲學者要令其光明處轉光明所以下緝熈字緝如緝麻之緝連緝不已之意熈

訓明字心志光明則此事有此理此物有此理自然見得　又曰學者工夫唯在居敬窮理二事此二者互相發能窮理則居敬工夫日益進能居敬

則窮理工夫日益密○又曰主敬以立其本窮理以進其知使本立而知益明知精而本益固○又曰持敬是窮理之本窮得理明又是養心之助○又曰涵養窮索二者不可廢一如車兩輪如鳥兩翼○又曰持敬致知實交相發而敬常爲主所居既廣則所向坦然無非大路聖賢事業雖未易以一言盡然大槩不出諸此○又曰涵養本原思索義理須用齊頭做方能互相發程子下須字在字便是要齊頭著力○問涵養體認致知力行雖云互相發明然畢竟當於甚處著力曰四者不可先後又不可無先後須當以涵養爲先若不涵養而

專於致知則是徒然思索若專於涵養而不致知則却鶻突去了以某觀之四事只是三事蓋體認便是致知也○又曰無事時且存養在這裏提撕警覺不要放肆到那講習應接便當思量義理用義理做將去無事便著存養收拾此心○南軒張氏曰二程先生所以教學者不越於居敬窮理二事蓋居敬有力則其所窮者愈精窮理浸明則其所居者益有地二者實互相發也以上言敬與致知

周子曰聖人定之以中正仁義而主靜立人極焉自註云無欲故靜　朱子曰靜者誠之復而性之

貞也苟非此心寂然無欲而靜則又何以酬酢事物之變而一天下之動哉　問無欲故靜曰欲動情勝則不能靜○程子曰靜中觀天地生物氣象○又曰靜後見萬物自然皆有春意　建安葉氏曰胷中擾擾詎識此意　問程子云云如何此還是指聖賢而言否潛室陳氏曰觀物內會靜者能之固是聖賢如此吾人胷次豈可不見此境界靜各不分聖賢　又曰靜中須有物始得○謝顯道從明道先生於扶溝明道一日謂之曰爾輩在此相從只是學顥言語故其學心口不相應盍若行之請問焉曰且靜坐○伊川每見人靜坐便嘆其

善學　朱子曰這卻是一箇總要處○暇日靜坐
和靖思叔侍伊川指面前水盆語曰清靜中一物
不可著才著物便提動○上蔡謝氏曰近道莫如
靜齋戒以神明其德天下之至靜也○延平李氏
曰曩從羅先生學終日相對靜坐先生極好靜坐
某時未有知退入室中亦只靜坐而已先生令靜
中看喜怒哀樂未發之謂中未發時作何氣象又
曰羅先生後入羅浮山靜極 朱子曰被李先生靜
得極了便自見得是有箇覺處○問周先生說靜
與程先生說敬義同而意異否朱子曰程子是怕
人理會不得他靜字意便似坐禪入定周子之說

只是無欲故静其意大抵以静爲主○又曰明道
教人静坐李先生亦教人静坐蓋精神不定則道
理無湊泊處須是静坐方能收斂○問程子常教
人静坐如何曰亦是他見人要多思慮且教人収
拾此心耳初學亦當如此○又曰始學工夫須是
静坐静坐則本原定○又曰静坐無閑雜思慮則
養得本便條暢○又曰静坐非是要如坐禪入定
斷絶思慮只收斂此心莫令走作閑思慮則此心
湛然無事自然專一及其有事則隨事而應事已
則復湛然矣○又曰心於未遇事時須是静臨事
方用便有氣力如當静時不静思慮散亂及至臨

事已先倦了伊川解靜專處云不專一則不能直
遂閒時須是收斂定做得事便有精神○又曰心
要精一方靜時須湛然在此不得困頓如鏡擦明
遇事時方好○又曰爲學工夫須要靜靜多不妨
程子曰爲學須是靜又曰靜多不妨才靜事都見
得然總只是一箇敬○又曰主靜所以養其動○
又曰靜者養動之根○又曰持敬以靜爲本○又
曰主靜看夜氣一章可見○問靜坐用功之法曰
靜坐只是恁靜坐不要閒勾當不要閒思量也無
法○又曰靜便定熟便透○又曰讀書閒暇且靜
坐教他心平氣定見得道理漸次分曉這箇却是

一身總會處○又曰延平先生嘗言道理須是日
中理會夜裏却去靜處坐地思量方始有得某依
此說去做真箇是不同○問延平先生靜坐之說
如何曰這事難說靜坐理會道理自不妨只是討
要靜坐則不可理會得道理明透自然是靜今人
都是討靜坐以省事則不可蓋心下熱鬧如何看
得道理出須是靜方看得出所謂靜坐只是打疊
得心下無事則道理始出道理既出則心下愈明
靜矣○又曰吳公濟云逐日應接事物之中須得
一時辰寧靜以養衛精神要使事愈繁而心愈暇
彼不足而我有餘其言雖出於異說然試之亦略

有驗豈周夫子所謂主靜者耶○先生與學者說
看文字罷常且靜坐○南軒張氏曰一二年來頗
專於敬字上勉力愈覺周子主靜之意爲有味程
子謂於喜怒哀樂未發之前更怎生求只平日涵
養便是此意當深體之也　西山眞氏曰南軒此
言蓋合敬靜爲一學者宜深味之以上言靜
程子曰敬則自虛靜不可把虛靜喚做敬○問敬
莫是靜否曰才說靜便入於釋氏之說也不用靜
字只用敬字才說著靜字便是忘也孟子曰必有
事焉而勿正心勿忘勿助長也必有事焉便是心
勿忘勿正便是勿助長○又曰必有事者主養氣

而言故必主於敬　朱子曰必有事焉者敬之謂也若曰其心儼然常若有所事云爾夫其心儼然肅然常若有所事則雖事物紛至而沓來豈足以亂吾之知思而宜不宜可不可之幾已判然於胸中矣○朱子曰聖人定之以中正仁義而主靜正是要人靜定其心自作主宰程子又恐只管靜去遂與事物不相交涉却說箇敬云敬則自虛靜須是如此做工夫○問靜坐工夫與役役應接不同曰不必如此又成坐馳但收斂勿令放逸到窮理精後自然思慮不至妄動凡所云爲莫非至理亦何必兀然靜坐然後爲持敬○又曰明道說靜坐

可以爲學上蔡亦言多著靜不妨此說終是小偏才偏便做病道理自有動時自有靜時學者只是敬以直內義以方外見得世間無處不是道理不必專於靜處求所以伊川謂只用敬不用靜便說得平○又曰不必特地將靜坐做一件工夫但著一敬字通貫動靜則於二者之間自無間斷處○又曰某舊見李先生嘗教令靜坐後來看得不然只是一箇敬字好方無事時敬於自持凡心不可放入無何有之鄉須收斂在此及應事時敬於應事讀書時敬於讀書便自然該貫動靜心無時不存○又曰存養之功不專在靜坐時須於日用動

靜之間無處不下工夫乃無間斷爾○又曰無事
靜坐有事應酬隨時隨處無非自己身心運用但
常自提撕勿與俱往便是工夫事物之來豈以漠
然不應爲是耶○又曰無事則靜坐有書則讀書
以至接物處事常教此心光瞻瞻地便是存心豈
可凡百放下秖是靜坐○又曰若有事則此心便
即專在這一事上無事則此心湛然○又曰人須
週遶萬變心常湛然在這裏亦不是閉門靜坐塊
然自守事物來也須去應應了依然是靜動了靜
靜了動動靜相生循環無端如人之噓吸噓之所
以爲吸吸之所以爲噓尺蠖之屈以求伸也龍蛇

之蟄以存身也屈伸消長闔闢往來其機不曾停
息此理萬古不易如目有瞬瞬了又開開了又瞬
至纖至微無時不然○又曰只說涵養於未發而
已發之失乃不能制是有得於靜而無得於動只
知制其已發而未發時不能涵養則是有得於動
而無得於靜也○又曰應事得力則心地靜心地
靜應事分外得力便是動救靜靜救動其本只在
湛然純一素無私心始得無私心動靜一齊當理
才有一毫之私便都差了○又曰無事時只得無
事有事時也如無事時模樣只要此心常在所謂
動亦定靜亦定也○問存養多用靜否曰不必然

孔子却都就用處教人做工夫今雖說主靜然亦非棄事物以求靜旣爲人自然用事君親交朋友撫妻子御僮僕不成捐棄了只閉門靜坐事物之來且曰候我存養又不可只茫茫隨它事物中走二者須有箇思量倒斷始得　又曰動時靜便在這裏動時也有靜順理而應則雖動亦靜也故曰知止而後有定定而後能靜事物之來若不順理而應則雖塊然不交於物以求靜心亦不能得靜惟動時能順理則無事時能靜靜時能存則動時得力須是動時也做工夫靜時也做工夫兩莫相靠使工夫無間斷始得若無間斷靜時固靜動時

心亦不動動亦靜也若無工夫則動時固動靜時雖欲求靜亦不可得而靜靜亦動也動靜如船之在水潮至則動潮退則止有事則動無事則靜雖然動靜無端亦無截然爲動爲靜之理如人之氣吸則靜噓則動又問答之際答則動也止則靜矣凡事皆然且如涵養致知亦何所始但學者須自截從一處做去○又曰人心活物當動而動當靜而靜動靜不失其時則其道光明是乃本心全體大用○問敬通貫動靜而言然靜時少動時多恐易得撓亂曰如何都靜得有事須着應人在世間未有無事時節自早至暮有許多事不成說事多

撓亂我且去靜坐敬不是如此若事至前而自家
却要主靜頑然不應便是心都死了無事時敬在
裏面有事時敬在事上有事無事吾之敬未嘗間
斷也且如應接賓客敬便在應接上賓客去後敬
又在這裏若厭苦賓客而爲之心煩此却是自撓
亂非所謂敬也故程子說學到專一時方好蓋專
一則有事無事皆是如此程子此段第一句是緊
要處○問靜坐久之一念不免發動如何曰也須
看一念是要做甚麼事若是好事當做須去幹了
或此事思量未透須著思量教了若是不好底事
便不要做自家纔覺得如此這敬便在這裏○又

曰濂溪云定之以中正仁義而主靜中與仁是發動處正是當然定理處義是截斷處常要主靜豈可只管放出不收斂截斷二字最緊要○答張敬夫書曰來諭謂靜則溺於虛無如佛老之論則誠有此患若以天理觀之則動之不能無靜猶靜之不能無動也靜之不能無養猶動之不可不察也但見得一動一靜互為其根敬義夾持不容間斷之意則雖下靜字元非死物至靜之中自有動之端焉是乃所以見天地之心者而先王之所以至日閉關蓋當此之時則安靜以養乎此耳固非遠事絕物閉目兀坐而偏於靜之謂但未接物時便

有敬以主乎其中則事至物來善端昭著所以察之者益精明耳來教又謂某言以靜爲本不若遂言以敬爲本此固然也然敬字工夫通貫動靜而必以靜爲本今若遂易爲敬雖若完全然却不見敬之所施有先有後則亦未爲的當也至如來教所謂要須靜以涵動之所本察夫動以見靜之所存動靜相須體用不離而後爲無滲漏也此數句卓然意語俱到謹當書之座右出入觀省○西山眞氏曰程子曰敬則自虛靜不可把虛靜喚做敬問敬莫是靜否曰才說靜便入於釋氏之說不用靜字只用敬字才說靜便是忘也孟子曰必有事

焉而勿正心勿忘勿助長也必有事焉便是心勿忘勿正便是勿助長又曰必有事者主養氣而言故必主於敬或問先生於喜怒哀樂之前下動字下静字曰謂之静則可静中須有物始得這裏便是難處學者莫若自理會敬能敬則知此矣註此數條則又不專以静為主以上言敬兼動静

問敬何以用功朱子曰只是内無妄思外無妄動○問敬曰一念不存也是間斷一事有差也是間斷○又曰以敬為主則内外肅然不忘不助而心自存○北溪陳氏曰敬字道理貫動静徹表裏一始終本無界限閒静無事時也用敬應事接物時

也用敬心在裏面也如此動出外來做事也如此初頭做事也如此做到末梢也如此此心常無間斷纔間斷便不敬○西山眞氏曰端莊靜一乃存養工夫端莊主容貌而言靜一主心而言蓋表裏交正之功合而言之敬而已 以上言敬兼內外

程子曰君子之遇事無巨細一於敬而已簡細故以自崇非敬也飾私智以爲奇非敬也要之無敢慢而已○上蔡謝氏曰事至應之不與之往非敬乎萬物變而此當存奚紛擾之有夫子曰事思敬正謂此耳○朱子曰敬非塊然兀坐耳無聞目無見全不省事之謂只收斂身心整齊純一即敬也

○又曰敬不是萬事休置之謂只要隨事專一謹畏不放逸耳○又曰敬不是閉目默坐須是隨事致敬○又曰敬不是兀坐地擧足動步常要此心在這裏○又曰二先生所論敬字須該貫動靜看方得夫方其無事而存主不懈者固敬也及其應物而酬酢不亂者亦敬也故曰毋不敬儼若思又曰事思敬執事敬豈必以攝心坐禪而謂之敬哉

以上言隨事致敬

明道先生曰某書字時甚敬非是要字好只此是學 朱子曰只此是求放心 以上言無事不敬

程子曰鷄鳴而起孳孳爲善者未接物如何爲善

只主於敬便是爲善○李季修問所謂敬之說當用力誠不可怠惰而嚮晦宴息亦當隨時南軒張氏曰嚮晦入宴息乃敬也知嚮晦宴息之爲非怠惰乃可論敬之理矣　西山眞氏夜氣箴曰子盍觀夫冬之爲氣乎木歸其根蟄坯其封凝然寂然不見兆朕而造化發育之妙實胚胎乎其中蓋闔者闢之基正者元之本而艮所以爲物之始終夫一晝一夜者三百六旬之積故冬爲四時之夜而夜乃一日之冬天壤之間群動俱閒窈乎如未判之鴻濛維人之身嚮晦宴息亦當以造物而爲宗必齋其心必肅其躬不敢弛然自放於牀笫之上

使慢易非僻得以賊吾之衷雖終日乾乾靡容一息之間斷而昏冥易忽之際尤當致戒謹之功蓋安其身所以爲朝聽晝訪之地而夜氣深厚則仁義之心亦浩乎其不窮本旣立矣而又致察於事物周旋之頃敬義夾持動靜交養則人欲無隙之可入天理皦乎其昭融然知及之而仁弗能守之亦空言其奚庸爰作箴以自砭常凜凜乎瘝恫以

上言無時不敬

龜山楊氏曰君子無所不用其敬　其全文翟霖送伊川西遷道宿僧舍坐處背塑像先生令轉倚勿背霖曰豈以其徒敬之故亦當敬耶先生曰但

具人形貌便不當嫚因賞此語曰孔子云始作俑者其無後乎爲其象人而用之也蓋象人而用之其流必至於用人君子無所不用其敬見似人者不忽於人可知矣若於似人而苟輕忽之心其流必至於輕忽人○朱子曰聖人無所不用其敬雖至小沒緊要底物事也用其敬如周禮夢亦有官掌之此有甚緊要然聖人亦將做一件事以上言無所不敬

程子曰天地設位而易行乎其中只是敬也敬則無間斷　朱子曰天地也似有箇主宰方始恁地變易便是天地底敬天理只是直上去更無四邊

滲漏更無走作　又曰易是自然造化聖人本意只說自然造化流行程子將來就人身說敬則這道理流行不敬便間斷也以上言天地底敬

程子曰聖人齋戒敬也以神明其德　問齋戒是敬否朱子曰固是敬但齋較嚴於戒湛然純一之謂齋肅然警惕之謂戒到湛然純一時那肅然警惕也無了　又曰明道愛舉聖人以此齋戒以神明其德夫雖不是本文意思要之意思自好問恐是篤恭而天下平之意曰否只如上蔡所謂敬是常惺惺法○又曰顏子之不惰者敬也○朱子曰聖人相傳只是一箇字堯曰欽明舜曰溫恭湯曰

聖敬日躋聖人固未嘗不敬如堯曰欽明舜曰恭
已湯曰聖敬日躋是也但自是聖人之敬與賢人
以下不同耳○又曰敬是徹上徹下工夫雖做得
聖人田地也只放下這敬不得如堯舜也終始是
一箇敬○又曰修齊治平都少箇敬不得如湯之
聖敬日躋文王小心翼翼之類皆是只是他便與
敬爲一自家須用持著稍緩則忘了所以常要惺
惺地久之成熟可知道從心所欲不踰矩顔子亦
只持敬○感興詩云放勛始欽明南面亦恭已大
哉精一傳萬世立人紀猗歟歎日躋穆穆歌敬止
戒獒光武烈待旦起周禮恭惟千載心秋月照寒

求曾叟何嘗師刪述存聖軌○西山眞氏曰孔子之告顏淵以非禮勿視聽言動而回也請事斯語焉此敬也曾子戰戰兢兢臨深履薄以終其身亦敬也後之學者欲遡聖學之淵源者其必自顏曾始○又曰聖人之敬純亦不已卽天也君子之敬自強不息由人而天也聖人之敬安而行之○敬齋胡氏曰雝雝在宮肅肅在廟不顯亦臨無斁亦保此聖人之敬也以上言聖賢底敬

程子曰惡人齋戒亦敬也故可以事上帝○朱子曰二程說一箇敬字正欲無智愚賢不肖皆得力耳○又曰此一服藥人人皆可服服之便有效□

是自不肯服耳 以上言惡人愚不肖皆可以敬

程子曰人每至神廟佛殿便敬何也只是居常不敬見彼乃敬若還常敬則到佛殿廟宇亦只如此○又曰使民出門者事也非因是事上方有此敬蓋素敬也 右言居常素敬

問敬還是用意否程子曰其始安得不用意若不用意却是都無事了○問持敬覺不甚安朱子曰初學如何便得安除是孔子方始恭而安初要持敬也須勉強但覺見有些子放去便收斂提撥起敬便在這裏常常相接久後自熟 以上言始須勉強

問持敬易散漫如何朱子曰只喚著便在此○又曰持敬而未免弛慢是未嘗敬也須是無間斷乃可○問人於誠敬有作輟曰只是在人人須自責如爲仁由己作與輟都不干別人事須是自家肯做○又曰初學於敬不能無間斷只是纔覺間斷便提起此心只是覺處便是接續以上言敬不可間斷

武夷胡氏曰敬之一字力行十年須別○問持敬患不能久當如何下工夫朱子曰都無他法只是習得熟熟則自久以上言熟則久

程子曰內直則其氣浩然○又曰主一無適敬以

直內便有浩然之氣 以上言敬則浩然

程子曰敬則自然和樂又曰謂敬爲和樂則不可然敬須和樂只是中心沒事也 問初學莫未能和樂否上蔡謝氏曰雖未能便和樂亦須以和樂養之 朱子曰所謂樂者亦不過謂胷中無事而自和樂耳非是著意放開一路而欲其和樂也然胷中無事非敬不能○又曰既得後須是放開不然却只是守 朱子曰既自得之後則自然心與理會不爲禮法所拘而自中節也若未能如此則是未有所自得才方是守禮法之人爾亦非謂既自得之又却須放教開也○問敬而不能安樂者

何也曰只是未熟在如飢而食喫得多則飽矣以
上言敬則和樂
程子曰學者須敬守此心不可急迫當栽培深厚
涵泳於其間然後可以自得但急迫求之只是私
己終不足以達道　問今於下工夫之時不痛自
警責而遽栽培涵泳恐或近於放倒南軒張氏曰
敬守此心栽培涵泳正是下工夫處若近於放倒
則何栽培涵泳之有○又曰今學者敬而不見得
又不安者只是心生亦是太以敬來做事得重此
恭而無禮則勞也恭者私為恭之恭也禮者非體
之禮是自然底道理也只恭而不為自然底道理

故不自在也須是恭而安○又曰道箇敬字也不
大段用得力○又曰學者須恭敬但不可令拘迫
拘迫則難久矣○又曰執事須是敬又不可矜持
太過○問學爲敬不免有矜持如何謝氏曰矜持
過當却不是尋常作事用心過當便有失要在勿
忘勿助長之間耳○問主敬只存之於心少寬四
體亦無害否朱子曰心無不敬則四體自然收斂
不待十分著意安排而四體自然舒適著意安排
則難久而生病矣○問行篤敬曰篤者重而有深
沉之意敬而不篤則恐有拘迫之患又曰人之持
敬若拘迫不和便非自然之理○又曰此心本自

先明庵大自家只着些子力去提省照管他便了不要苦着力苦着力反不是 以上言敬不可急迫

損之象曰山下有澤損君子以懲忿窒慾

伊川先生曰修己之道所當損者惟忿與慾故懲戒其忿怒窒塞其意欲也○朱子曰懲忿如摧山窒慾如塡壑○又曰懲忿如救火窒慾如防水○又曰觀山之象以懲忿觀澤之象以窒慾人怒時自是恁突兀起來故孫權云令人氣涌如山慾如汙澤然其中穢濁解汙染人須當塡塞○明道先生曰夫人之情易發而難制者惟怒爲甚第能於怒時遽忘其怒而觀理之是非亦可見外誘之不

之惡而於道亦思過半矣 朱子曰觀理之是非纔見己是而人非則其爭愈力孟子所謂我必不仁也其自反而仁矣其橫逆由是也則曰此亦妄人而已矣又曰若知其理之曲直不必較却好若見其直而又怒則愈甚○伊川先生曰孔子曰棖也慾焉得剛甚哉慾之害人也人之爲不善欲誘之也誘之而弗知則至於滅天理而不反故目欲色耳欲聲以至鼻之於香口之於味四肢之於安佚皆然此皆有以使之也然則何以窒其慾曰思而已矣學者莫貴於思惟思爲能窒慾曾子三省窒慾之道也 問此莫是言慾心一萌當思禮

義以勝之否朱子曰然　問莫是要喚醒否曰然
問思與敬如何曰人於敬上未有用力處且自
思入庶幾有箇巴攬處思之一字於學者最有力
○又曰忿慾忍與不忍便見有德無德○先生謂
張思叔曰吾受氣甚薄三十而浸盛四十五十而
後完今生七十二年校其筋骨於盛年無損也思
叔請曰先生豈以受氣之薄而厚爲保生耶先生
默然曰吾以忘生徇欲爲深耻○思叔詬詈僕夫
伊川曰何不動心忍性思叔慙謝○上蔡謝氏曰
任意喜怒都是人欲須察見天理涵養始得○西
山李氏曰欲爲聖賢之事必去世俗之欲○武夷

胡氏曰克己可以治怒順理可以忘怒○五峯胡氏曰氣感於物發如奔霆狂不可制惟明者能自反勇者能自斷○朱子曰凡徇人欲自是危嶮莊子所謂其熱焦火其寒凝氷○問稟性太急力於懲忿上做工夫然遇事不知不覺忿暴何從而去此病曰亦在存熟耳一旦如何便盡打疊得須是日夜懲戒之以至於熟久當自去○又曰向見呂伯恭說少時性氣粗暴嫌飮食不如意便打破家事後日久病只將一冊論語早晩閑看至躬自厚而薄責於人忽然覺得意思一時平了遂終身無暴怒此可爲變化氣質法

益之彖曰風雷益君子以見善則遷有過則改
伊川先生曰爲益之道无若見善則遷有過則改
也見善能遷則可以盡天下之善有過能改則无
過矣益於人者无大於是○朱子曰遷善如風之
速改過如雷之猛又曰風是一箇急底物見人之
善已所不及遷之如風之急雷是一箇勇決底物
已有過便斷然改之如雷之勇決不容有些子遲
緩○問莫是才遷善便是改過否曰不然遷善字
輕改過字重遷善如慘淡之物要使之白改過如
黑之物要使之白用力自是不同遷善者但見是
人做得一事强似我心有所未安即便遷之若改

過須是大段勇猛始得○明道先生曰子路亦百世之師人告之以有過則喜○又曰予年十六七時好田獵既而自謂已無此好周茂叔曰何言之易也但此心潛隱未發一日萌動復如初矣後十二年暮歸在田野間見田獵者不覺有喜心方知果未也○建安葉氏曰周子用功之深故知不可易言程子治心之密故能隨寓加察在學者警省克治之力尤不可以不勉也○伊川先生曰罪己責躬不可無然亦不當長留在心胷爲悔　延平李氏曰有失處罪已責躬固不可無然過此以往又將奈何常留在胷中却是積下一團私意也到

此境界須推求其所以愧悔不去爲何而來即就本源處涵養之令漸明即此等固滯私意當漸化矣又曰地位高底人微有如此處只如此提破即渙然氷釋無復凝滯矣　朱子曰悔字難說旣不可常存在胷中以爲悔又不可不悔若只說不悔則令番做錯且休明番做錯又休不成說話問如何是著中底道理曰不得不悔但不可留滯旣做錯此事他時更遇此事或與此事相類便須懲戒不可再做錯了　東萊呂氏曰胷中存留悔心極害事○謝子與伊川別一年往見之伊川曰相別一年做得甚工夫謝曰也只去箇矜字曰何故曰

子細檢點得來病痛盡在這裏若按伏得這箇罪過方有向進處伊川點頭因語在坐同志者曰此人爲學切問近思者也　胡文定公問上蔡矜字罪過何故恁地大謝曰今人做事只管要夸耀別人耳目渾不關自家受用事有底人食前方丈便向人前喫只蔬食菜羹却去房裏喫爲甚恁地問人之病痛不一各隨所偏處去上蔡才高所以病痛全在矜字朱子曰此說是　建安葉氏曰克謝子爲己之學則一切外物皆不足以動其心矣

○朱子曰所謂一劍兩段者改過之勇固當如此改過貴勇而防患貴怯二者相須然後眞可以修

慝辨惑而成徙義崇德之功自令以往真能一劍
兩段亦不可以此自恃而平居無事常存祗畏警
懼之心以防其源則庶乎其可耳○東萊呂氏曰
損益二象最切學者損无如懲忿益无如遷改若
甚易知推到精密處甚難懲窒遷改皆是用力處
復之初九曰不遠復無祇悔元吉子曰顔氏之子其
殆庶幾乎有不善未嘗不知知之未嘗復行也大傳
伊川先生曰失而後有復不失則何復之有惟失
之不遠而復則不至於悔大善而吉也又曰過既
未形而改何悔之有既未能不勉而中所欲不踰
非是有過也然其明而剛故一有不善未嘗不知

旣知未嘗不遽改故不至於悔乃不遠復也○又
曰不遠而復者君子所以修其身之道也學問之
道無他惟知其不善則速改以從善而已○又曰
如顔子地位豈有不善所謂不善者只是微有差
失才差失便能知之才知之便更不萌作顔子大
率與聖人皆同只這便有分別若無則便是聖人
曾子三省只是緊約束○橫渠先生曰知不善未
嘗復行不貳過也○朱子曰今人只知顔子知之
未嘗復行爲難殊不知有不善未嘗不知是難處
今人亦有說道知得這道理及事到面前又却只
隨私欲做去前所知者都自忘了只爲是不曾知

又曰有不善未嘗不知知之未嘗復行直是顔子
天資好如至清之水纖芥必見○又曰屛山先生
病時熹以童子侍疾一日請問平昔入道次第先
生欣然告曰吾於易得入德之門焉所謂不遠復
者乃吾之三字符也汝尙勉之○南軒張氏曰夫
習之有斷絶者心過有以害之也心過尤難防一
萌于中雖非視聽所及而吾時習之功已間斷矣
察之緩則滋長矣惟人安於故常以爲微而忽焉
此豈可使之熟也哉今日一念之差而不痛以求
改則明日玆念重生矣積而熟時習之功銷矣不
兩立也是以君子懼焉萌于中必覺覺則痛懲而

絶之如分桐葉然不可復續如此則過境自踈時
習之功專以至於德以凝道顔子之不貳一絶不
復生也故名吾室曰不貳　西山真氏曰南軒之
用力於遏絶心過也如此可爲學者法

心經發揮卷之一